

WEGE WEBEN... KÖRPER BEWUSST SEIN



YOGA - GEHEN - NATURMEDITATIONEN

12.09. - 19.09.2026

Methoni Beach Hotel, Peloponnes

Eine Entdeckungsreise nach Messinia und zu Dir selbst...
begleitet von Marion Bösch



BODY-MENTORING
Coaching und Training für Körper-Bewusst-Sein

Dr.phil. Marion Bösch
Mobil: +43 664 3356513
marioh.boesch@icloud.com
www.marioh-boesch.at

PROGRAMM und REISEINFORMATIONEN:

Die Tage beginnen am Strand – mit Atemübungen und sanftem Yoga – wir begrüßen die Sonne und tanken neue Lebenskraft mit der wundervollen Energie des Meeres am Morgen (mit Meditation zum Sonnenaufgang ca. 2 Stunden). Wir üben Yoga und KörperBewusstSein... Du spürst Deinen Körper - er führt Dich in die lebendige Präsenz - vom Tun ins Sein... kostbare Stille... und Lebensfreude, Zeit für Dich, und Gemeinschaft im Kreis der WegeWeber*innen. Frühstücksbuffet... Freizeit...

Der zweite Teil des Aktivprogrammes findet am späten Nachmittag ebenfalls in der Natur statt – variierend mit Yoga, bioenergetischen Übungen, Geh- und Natur-Meditationen im Olivenhain und Naturschutzgebiet, Bootsfahrt... Detailliertes Programm nach Absprache vor Ort.

Im Fokus stehen Erholung, Entschleunigung und Selbsterfahrung.

Die Körper-Bewusstseins-Übungen unterstützen dies, daher wird die Teilnahme an allen Einheiten empfohlen. Sie werden an individuelle Bedürfnisse und Befinden angepasst, es sind keine besonderen Voraussetzungen notwendig.

Die Bereitschaft zur vollen Eigenverantwortung ist erforderlich! Mit der Anmeldung und Bezahlung des Seminarbeitrags erklären sich die Teilnehmer*innen damit einverstanden.

Ein Tag steht ganz zur freien Verfügung, das bietet die Möglichkeit für Ausflüge und Erkundungstouren auf den Spuren der faszinierenden Geschichte der Region, die Jahrtausende zurückreicht.

Seminarort / Unterbringung:

Methoni Beach Hotel, Methoni Messinia, Peloponnes,
www.methonibeachhotel.gr/ info@methonibeachhotel.gr

EZ 95,00; DZ 110,00; 3er-Zimmer 130,00 pro Nacht inkl. Frühstück

Bitte selbst organisieren. Reservierung mit Anzahlung.

Kostenfreies Storno bis 60 Tage vor Anreise möglich.

Direktflüge ab Wien nach Kalamata, AUA und RyanAir.

Reiseversicherung empfohlen!

Transfer vom Flughafen zum Hotel (ca. 1,5 Std.) wird organisiert.

Mietauto (Fahrgemeinschaften) empfohlen, günstige Vermietung vor Ort.

Seminarbeitrag: € 450,00 (mit 4 TN)

Konto: IBAN AT97 2081 5018 0040 2974

Anmeldung bis Ende Jänner! www.marion-boesch.at

Ich beantworte gerne weitere Fragen.

+43 664 3356513

marion.boesch@icloud.com